

ISSIQ ICHIMLIK VA SHIFOBAXSH DAMLAMALARNI TAYYORLASH TEKNOLOGIYASI



**Bardamlik va tetiklik
bag'ishlovchi ichimlik tayyorlash
uchun xilma-xil choylar: bayha
choyi, tahtachoy va toshchoy,
qora hamda ko'k choylardan
foydalaniladi.**

**Quruq choy tarkibida ko'p
miqdorda ekstraktiv moddalar
mavjud bo'lib, ular suvda eriydi
va choy ichimligiga o'ziga xos
achchiq, bog'lovchi tam hid, rang
beradi. Choy tarkibidagi kofein
alkaloidi yurak, buyrak, hazm
qilish tizimi faoliyatini
yaxshilaydigan markaziy asab
tizimini qo'zg'atadi**

CHOY ICHIMLIGI VA UNING SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARI



Choy tayyorlash. Chinni choynakni isitish uchun qaynoq suv bilan chayiladi va muayyan miqdordagi porsiyalarga mo'ljallab retsepturaga muvofiq quruq choy solinadi-da, choynak hajmining 1/3 qismi qadar qaynagan suv quyiladi. Qopqog'ini yopib, ustini salfetka yoki maxsus issiq tutgich bilan bekitib, damlanishi (choy chiqishi) uchun 10 daqiqa kutib turiladi, shundan so'ng qaynagan suvning qolgan qismi quyiladi. Ko'k toshchoy damlanishidan oldin maydalanadi. ib beriladi. Damlangan choy ustiga yana quruq choy solish, uni qaynatish va 1 soatdan ortiq tutib turish mumkin emas, aks holda uning hidi buzilib, o'zining hushbo'yligini va ta'mini yo'qotadi.



**Bir porsiya choyga (200g) 50ml
damlangan choy yoki 1-2g choy solinadi
Choy piyola, chashka yoki taglikli
stakanlarga quy**

**AGAR QURUQ KOFE DONALARI ICHIMLIK
TAYYORLASHDAN OLDIN YANCHILIB, SUYUQLIKDA
ARALASHTIRILSA, KOFE SIFATI YUQORI DARAJADA
BO'LADI.**



**Kofening muhim tarkibiy
qismi kofein bo'lib, o'ziga
xos ta'sir etuvchi xususiyati
bilan boshqa
mahsulotlardan farq qiladi.
Kofe tarkibida oqsil, yog',
shakar bo'lib, bu uning
ozuqaviy qiymatini
belgilaydi.
Yirikroq yanchilgan kofe
tarkibidagi xushbo'ylikni
ko'proq saqlaydi, rangi esa
tiniq bo'ladi. Kofe donalarini
yanchish uchun tegirmon,
kofe yanchuvchi
mashinalardan foydalanish
mumkin.**

Sof qora kofe



Elektr kofe pishirish asbobida kofe tayyorlashda yanchilgan kofe suv qaynashidan 5–6 daqiqa oldin asbobning setkasiga solinadi. Pishirish jarayonida kofedagi mazali va xushbo'y moddalar ajralib chiqadi.

Sutli kofe.



Tayyor qora kofe ichiga qaynoq sut, shakar qo'shib aralashtiriladi va qaynatiladi. Stakanning tagiga taqsimcha qo'yib, kofe idishida taqsimchaga qo'yilgan holda tarqatiladi.

Ko'pirtirilgan qaymoqli kofe



Qora kofe tayyorlanib, stakanga qo'yiladi, ustiga shakar va birga ko'pirtirilgan qaymoq qo'yiladi. Issiq ichimliklar harorati 75°C dan past bo'lmasligi kerak, yaxna ichimliklar esa 14°C dan yuqori va 7°C dan past bo'lmasligi zarur. .

Shifobaxsh damlamalarni tayyorlash texnologiyasi

" Dorivor o'tlar turli xil foydali xususiyatlarga ega va ko'plab dorilar uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Uyda bunday o'tlardan foydalanishning eng maqbul usuli dorivor choylarni tayyorlashdir. Barcha o'tlar ham shifobaxsh hususiyatiga ega emas va bundan tashqari, ular kontrendikatsiyaga ega bo'lishi mumkinligini yodda tutish kerak, ularning eng keng tarqalgani allergik reaksiya.

Moychechak damlama

1 osh qoshiq moychechak gullarini 1 stakan qaynoq suvda 5-7 daqiqa damlatish



Asab tizimini
tinchlantiradi,
bosh og'rig'ini
kamaytiradi,
spasml
og'riqlarga
qarshi samarali..

Lavanda damlama

1 osh qoshiq lavanda gulini 1 stakan qaynoq suvda 10-15 daqiqa damlatish.



Asab tizimini
tinchlantiradi
bosh og'rig'ini
kamaytiradi..

Zanjabil damlama

1 osh qoshiq zanjabil ildizini 1 stakan qaynoq suvda 5-10 daqiqa damlatish.



Hazmni yaxshilaydi,
immunitetni oshiradi,
sovuq urishi va
gripqa qarshi
samarali..



O'simliklarning dorivor ildizlari, barglari, mevalaridan shifobaxsh damlamalar tayyorlash mumkin. Bunday ichimliklar juda ko'p foydali xususiyatlarga ega:

- . Tinchlantirish ta'siriga ega;
- . Immunitetni mustahkamlash;
- . Tiklanishni tezlashtirish;
- . Yallig'lanishga qarshi va antiparazitik xususiyatlarga ega;
- . O'tkir va surunkali kasalliklarni davolash;
- . Umumiy farovonlikni yaxshilash.



E'TIBORINGIZ UCHUN
RAHMAT

